

# 生きていけると伝えたい

## 42人がウェブを通して語る思い

認知症の本人と介護家族が体験を語る動画などを見ることのできるウェブサイトに「認知症の語りデータベース」が開された。合計42人の「語り」には、「認知症を知ってほしい」との思いがこもる。21日は世界アルツハイマーデー。

### 認知症とわたしたち

栃木県下野市の若井晋さん(66)はサイトでは匿名。66歳のとき、若天性アルツハイマーと診断された。動画では、最初におかしいと感じたときのことを、言葉を探しながら丁寧に語っている。

「ええと……字が書けなくなったのが、まあ最初ですね……その後、何か、こう自分な(中略)はつきり見えないような、こう、こう感じがいつもあって」

晋さんは脳神経外科医。語学が堪能で、東大教授として国際地域保健を研究していた。それだけに「なぜ自分が」という思いが強く、当初は変調をなかなか受け入れられなかった。

妻の克子さん(67)は動画で「もう(夫が病院に)行きたがらなくて」と当時を語る。「できなくなったことを紙に書き出して、『やっぱり一度行ったほうがいいんじゃないかな』と主人に見せました」

駅で迷って帰れなくなつた、現金自動出入機(ATM)でお金をおろせなくなつた……。晋さんはそれを見てしばらく考え、「じゃ、行くよ」と答えた。通院を促されるだけだと反発してしまうが、具体的な状態を確認し、受診が必要だと納得できたようだった。

診断から7年。4人の娘・息子は自立し、2人暮らし。晋さんがいつの間にか外出し

ており、探し回った日もあった。症状は徐々に進み、トイレにたどり着けなかったり、靴を履く際に左右を戸惑った。それでも2人はお互いの顔を見て、よく笑う。克子さんは「病気になるってどうしよう戸惑う段階を乗り越えたら、また新しい生活があるんですよ」と話す。

アルツハイマーになったら何もできない。かつて晋さん自身がそう思っていた。しかし認知症を公表していた豪州のクリスティーン・ブライデンさんの来日講演を聞き、自分の症状に向き合えるようになった。動画の語りには、今度は自分が認知症の実情を伝えたいという思いがにじむ。

「アルツハイマーでもちゃんと、あのー生きていくことができるんだっていうことを、わたしが、少なくともわたしは、あの、声、声を出して

### ひととき

1964年4月、仙台近郊の田舎から三河の地へとついで来た。夫とは同郷だが3度会っただけだった。10月に、東京オリンピックの開催を控えた年である。

上野で乗り換え、8時間電車に揺られた。開催を間近にして、日本中活気に満ちていたのだろうが、私は目先の生活を築くのに懸命だった。

言葉も習慣も気候も違う異国のような場所での、質素な社宅暮らしだった。心細さもあり、オリンピックそのものよりも、東海道新幹線の開通が何よりうれしかった。ふるさとが、ぐっと近くに感じられるように

ていきたい、といつか思うんですよね」(石井暖子)



日課の散歩をする若井さん夫妻  
栃木県下野市、郭允撮影

### 認知症の語りデータベース

富山大学大学院の竹内登美子教授(老年看護学)の研究班が作った。認知症の本人7人と家族35人のインタビューを1~4分の動画と文章に編集して紹介。語り手は匿名で、顔を出したくない人は音声などで参加した。「認知症のタイプと症状の違い」「病院にかかる」など状況別に分類。NPO法人「健康と病いの語りディベックス・ジャパン」(東京都)が運営するサイト(<http://www.dipex-j.org>)に掲載している。



動画に登場する認知症の当事者、足立昭一さん(サイトでは匿名)は症状の始まりについて「だんだん、だんだん自分自身が分からなくて、で、わたし、昭一ですけど、昭一は誰なのだ、っていうようなことを考えました」と振り返る  
=ディベックス・ジャパン提供

◆サイトで紹介されている声から(抜粋)  
(年齢はインタビュー時)

- 対応に困る言動  
介護者(長女)(65)「アルツハイマー型認知症の母は何をしてもいつ怒り出すかわからないので、腫れ物に触るようには過ごした時期が3~4年はあった」
- 日常生活の障害  
介護者(息子の妻)(63)「トイレの失敗に対して『こんなところで』と思うのではなく、『そ

- う来たか』と思うことで、『じゃあ、どうしよう』と考えることができる」と友人が教えてくれた」
- 病気であることを伝える  
介護者(妻)(50)「夫の病気のことは職場でもわかってもらっているし、友人や親戚にも、言ってる大丈夫な人には話している。変に隠さない方がサポートしてもらえらるし、気が楽だ」